

Public relations magazine SAISEI Oh! MIYA

わたしたち常陸大宮済生会病院と
皆ざんを結ぶ広報誌

さいせい
済生

Hitachiomiya Saiseikai Hospital

お！おみや



特集

TENAマイスター (おむつマイスター) 誕生!!

- フレイル外来開設
- 常陸大宮市の健康問題や予防について
- 新任ドクター紹介
- Oh!miya topics ほか

2023

第31号

夏号



社会福祉法人 済生会支部 茨城県済生会

常陸大宮済生会病院

コンチネンスケア TENAマイスター制度を導入

現在、当院で取り組んでいるコンチネンスケア（排泄ケア）についてご紹介します。

「コンチネンス」とは、日々の生活の中で排泄をコントロールできている状態を表す言葉です。さまざまな要因で起きる失禁を予防し、気持ちの良い排泄を目指すことを「コンチネンスケア」といいます。

当院では、2022年11月にコンチネンスサポートチーム（CSTワーキング）を立ちあげ、高齢だから失禁することは仕方ない、オムツを着けることが当たり前と考えるのではなく、失禁を疾患と考え、患者さんにとって快適な排泄方法をみんなで考えています。また、「オムツ着用は恥ずかしい、蒸れてしまってずっとつけているのが気持ち悪いなど」利用者の気持ちを最優先に考えて、1枚のみでの使用を基本としているユニ・チャームメンリッケ製品のTENA（テナ）というオムツを導入しました。

また、看護スタッフの排泄ケアに対する意識や知識の向上を目的に、手順に沿ってオムツをあてることができる方を認定する、TENAマイスター制度を導入しています。ユニ・チャームメンリッケ公認の制度として、現在全国で16,000人超（2022年11月）の認定者が誕生しています。認定取得者には、認定書と認定バッジが贈呈され、当院でも、現在10名のマイスターが在籍しています。



緊張の中、マイスター検定開始



オムツがきちんとあたっているかチェック



マイスター検定中



マイスター検定合格しました！



マイスター認定バッジ



無事マイスター検定合格しました！

今後も、TENAマイスターを増やしていき、患者さん個人に合った排泄ケアを実践し、看護の質向上を目指して取り組んでいきたいと思っています。

フレイル外来開設

高齢者のための専門外来「フレイル外来」が
東京医科歯科大学総合診療科との連携ではじまりました！

常陸大宮済生会病院

× 東京医科歯科大学総合診療科



～フレイルとは～

年齢とともに足腰が弱くなったり物覚えが悪くなるなど、身体的・認知的な機能の低下や衰弱した状態のことです。具体的には、以下のような症状がある場合フレイルの可能性がります。

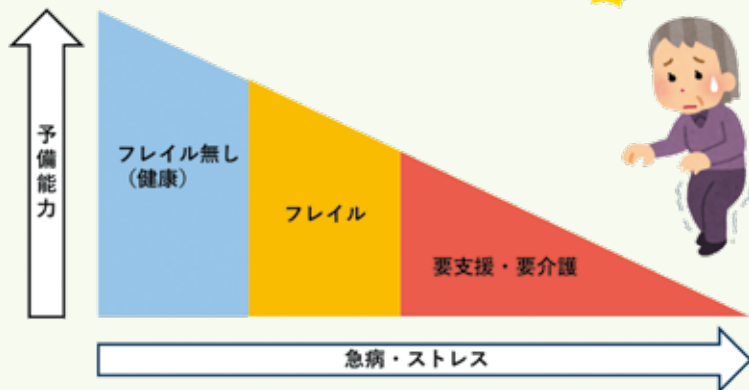


食欲がない…



疲れやすい…

- ・最近、転びやすくなった
- ・疲れやすくなった
- ・歩く速度が遅くなってきた
- ・体重が減ってしまう
- ・力の衰えを感じる



フレイル外来は、主に高齢の方々が健康で活動的な生活を送るための総合的なサポートを提供するものです。フレイル外来では、専門的な症状の問診、身体測定、血液・画像検査などを行い、身体的な機能、栄養状態、認知機能、精神的な健康など患者様の状態を、幅広く評価し、最適なケア計画を提供します。

フレイルは早期の発見と適切なケアにより、進行を遅らせることができるとされているため、症状に当てはまる場合、早めの受診をおすすめします。

診察について

- 診察場所 常陸大宮済生会病院 内科外来
- 曜日時間 毎週月・火曜日 13:00～ ※完全予約制

詳しくはホームページまたは電話にてお問い合わせください。

フレイル外来スタッフ一同、
皆様のお越しを心より
お待ちしております。



常陸大宮市の

内科 医員 佐藤 清哉



健康問題や予防について

○予防医学とは

予防医学とは簡単に言えば「病気にかからないように予防する」という考え方です。病気にかかってから治すのではなく、病気になりにくい体づくりを推進して健康を維持することを目的としています。予防医学には大きく3つの段階があります。

1. 一次予防 健康増進

健康な時期に病気の予防を意識することです。

例：生活習慣に気をつけたり、禁煙や禁酒、予防接種を受けること

2. 二次予防 早期発見・早期治療

病気を早期発見して適切な治療を受け重症化を防ぐことです。

例：検診などで健康異常を見つけ早い段階から医療機関を受診すること

3. 三次予防 再発防止

すでに発症した病気の再発を防ぐことです。

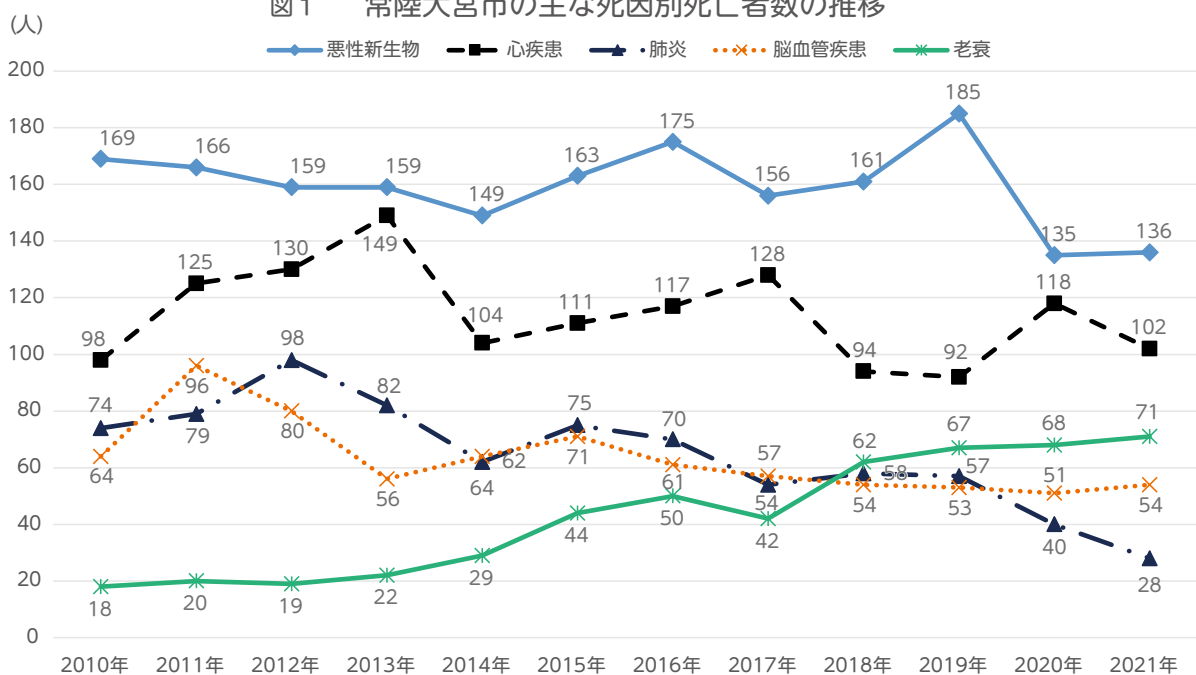
例：リハビリテーションや保健指導を受けること



○予防医学が必要な理由

以前から日本では少子高齢化が問題視されています。日本人の平均寿命が世界各国と比較しても高いことはとても誇らしいことですが、その分高齢者が多いということは体の不調で病院にかかる人も年々増えていくということです。例えば、軽い風邪をひいたとしても免疫力や体力の低下に伴い、肺炎にまで進展してしまったりすることも多いでしょう。また、転んで骨が折れたり怪我してしまったり、肺炎などの病気で安静にする必要がでたときには、体力がある方はリハビリですぐに病気になる前と同じくらいに元通りになりますが、体力が落ちてしまった高齢者や病気で体が弱い方は杖や車椅子を使うようになったり、寝たきりになってしまうことがあります。こういった傾向があることから予防医学は非常に大事になってくるのです。

図1 常陸大宮市の主な死因別死亡者数の推移



出典：茨城県人口動態統計

○常陸大宮市の健康意識

ここで常陸大宮市の統計を紹介します。図1にある通り常陸大宮市での死因の推移としては2021年時点では悪性新生物、心疾患、老衰、脳血管疾患、肺炎の順で多くなっています。厚生労働省の2020年の統計発表では日本人の死因順位では悪性新生物、心疾患、老衰、脳血管疾患、肺炎と市と同様の結果でした。この内予防の観点から重要なのはやはり死因数の最も多い悪性新生物です。これに関しては表1、2のように茨城県44市町村のうち、常陸大宮市はがん検診において県内でも非常に高い水準で検診や精密検査を受診しています。この調子で悪性新生物に対して高い予防意識を持って受診が続くと良いですね。

表1 常陸大宮市のがん検診受診率（対象：国民健康保険加入者）

	2019年度			2020年度			2021年度		
	県	市	県内順位	県	市	県内順位	県	市	県内順位
肺がん	22.7%	35.1%	3位	13.5%	19.3%	12位	18.3%	26.3%	10位
胃がん	11.3%	22.8%	2位	9.9%	22.0%	2位	9.1%	24.9%	1位
大腸がん	15.6%	26.6%	3位	11.2%	22.9%	2位	14.7%	22.6%	7位
乳がん(マメ)	17.5%	26.9%	5位	14.8%	19.3%	8位	14.8%	18.3%	9位
子宮頸がん	15.1%	24.7%	4位	14.3%	21.1%	9位	13.5%	19.6%	7位

出典：茨城県「市町村のがん検診実施状況」

表2 常陸大宮市の住民健診におけるがん検診の精密検査受診率（2021年度）

	胃がん	肺がん	大腸がん	子宮がん	乳がん
市	82.7%	89.7%	76.6%	86.4%	100.0%
県	81.5%	85.7%	72.9%	86.7%	88.9%

出典：茨城県「市町村のがん検診実施状況」

それではその他の疾患はどうでしょうか。心疾患や脳血管疾患は血管の病気です。血管に負担をかける病気という高血圧や糖尿病、脂質異常症などのいわゆる生活習慣病が代表的です。これら生活習慣病の予防のために日本では健康保険法の改正として2008年4月より40～74歳の保険加入者を対象として生活習慣病の発症や重症化を予防する目的に特定健診や特定保健指導を始めています。この特定健診の受診率でも例年県内トップクラスを誇っています。先ほどのがん検診受診率と合わせても健康意識の高い地域といえるでしょう。

表3 常陸大宮市の特定健診受診率（対象者：40～74歳の国民健康保険加入者）

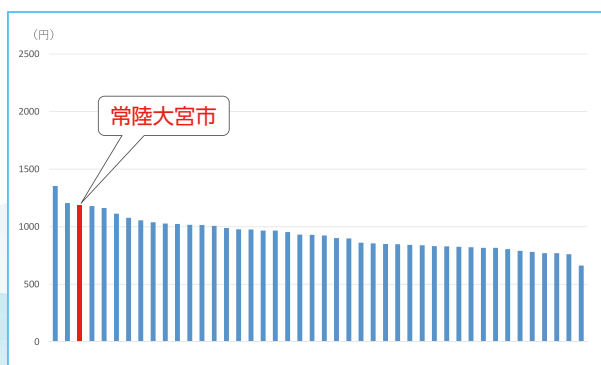
	2016年度	2017年度	2018年度	2019年度	2020年度	2021年度
受診率	52.5%	54.2%	55.8%	57.2%	41.5%	49.6%
県内順位	1位	1位	2位	1位	4位	1位

出典：茨城県「特定健康診査受診率」

○今後の課題

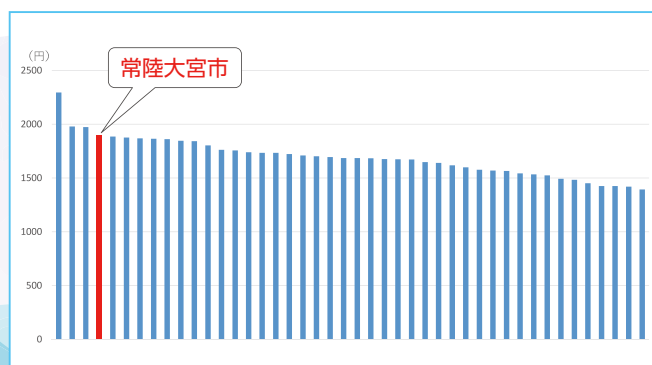
では二次予防・三次予防の観点から今後の課題を考えると、図2、3のように高血圧性疾患や糖尿病の医療費は県内でも高いことが伺えます。健診の受診率が高くても何度も病気を繰り返してしまっていたり、たくさんの薬物治療や処置が必要だと負担が大きいと言えるでしょう。健診などの受診率はこれまで通りを保ちつつ、病勢を落ち着け薬剤を減らしたりできるように日常生活での塩分摂取を減らしたり、間食や過剰なカロリー摂取を控えたり、運動などで高血圧や高血糖、ひいては糖尿病をしっかり予防しましょう。

図2 2022年度一人当たり医療費（高血圧性疾患）



出典：茨城県国民健康保険団体連合会「茨城県国保医療費状況」

図3 2022年度一人当たり医療費（糖尿病）



出典：茨城県国民健康保険団体連合会「茨城県国保医療費状況」

新任ドクター紹介

先日赴任しました「新任ドクター」、「看護師」及び「臨床工学技士」を紹介します。



小児科 部長
なかつかさ ひでつぐ
中務 秀嗣

- (1) 寝ること
- (2) 酒
- (3) 地域の子供たちのより良い健康のため、一緒に頑張りましょう。よろしくお願ひします。



小児科 医員
しのはら えみ
篠原 英美

- (1) 音楽鑑賞、お菓子作り
- (2) メロン、ラザニア
- (3) 子ども達とご家族が笑顔になれるよう精一杯努めます。よろしくお願ひ致します。



救急科 医員
てんじん くみ
天神 久実

- (1) 食べること
- (2) 肉、カレー、寿司
- (3) 3ヶ月間救急科に配属となりました。短い間ですが、地域医療に少しでも貢献できるように頑張ります。よろしくお願ひいたします。



看護部 4階病棟
さとう みゆき
佐藤 美幸

- (1) 寝ること
- (2) からあげ
- (3) みなさん初めまして、7月より4階病棟に入職しました。どうぞよろしくお願ひします。

6月



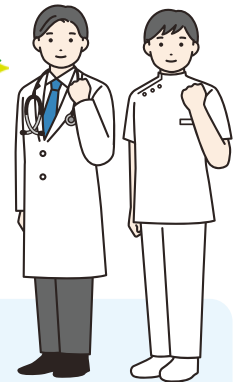
臨床工学科
こばやし ひろき
小林 広貴

- (1) 音楽鑑賞、バスケ、ゲーム
- (2) 鍋料理、卵料理
- (3) より安全に医療機器が使用できるよう努めてまいります。よろしくお願ひいたします。

これからよろしくお願ひします。

Check!

- (1) 趣味・特技
- (2) 好きな食べ物
- (3) ひとことコメント



出前健康講座

依頼募集中

地域の皆さまの健康づくりを推進するため、常陸大宮済生会病院の職員が皆さまのところへお伺いし、健康に関する講話や健康相談を行います。

■ 日時：応相談

■ 会場：常陸大宮市内（ご用意いただいた会場へお伺いします）

■ 費用：無料

■ 開催希望の1ヶ月前までにお申し込み下さい

お問い合わせ

0295-52-5151 総務課までお気軽にお問い合わせください。



Oh!miya topics

とびっくす

当院の様々な出来事をお届けします



済生会親善ソフトボール大会



第43回済生会関東ブロック親善ソフトボール大会が栃木県宇都宮市において開催されました。

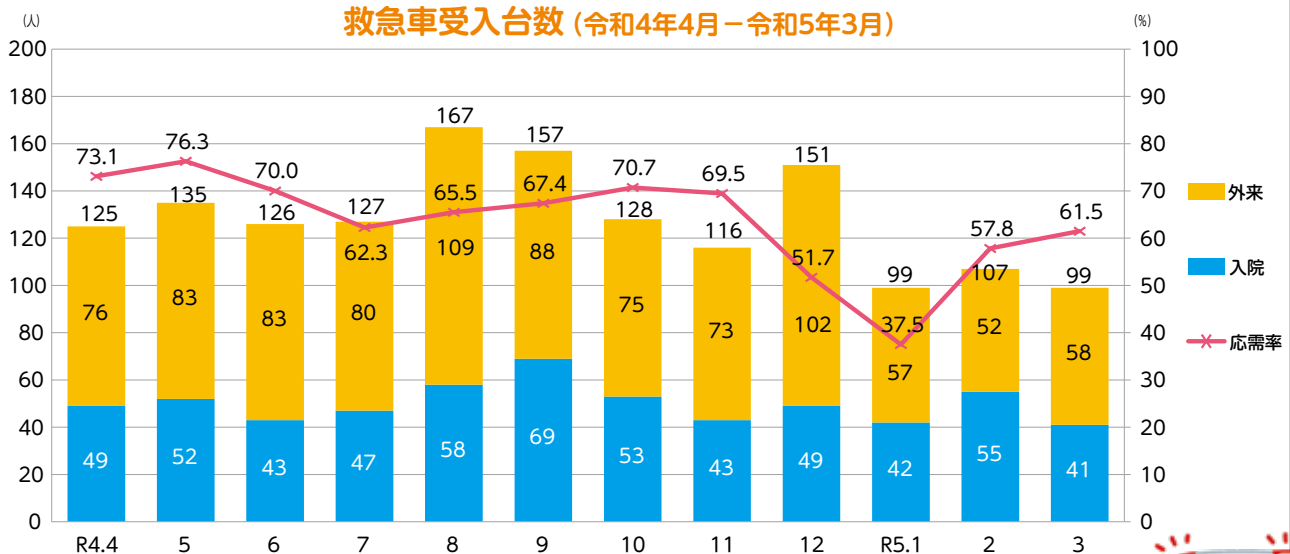


病院まつり中止のお知らせ

「病院まつり」は、多くの来場が見込まれ新型コロナウイルスの感染リスクが大きいことから、今年度も中止とさせていただきます。楽しみにしていただいている皆様には申し訳ありませんが、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

救急車受入台数 過去最多1,537台!!

救急車受入台数 (令和4年4月-令和5年3月)



※応需率とは、救急車受入要請に対し実際に救急車を受け入れた割合



令和5年7月

外来診療予定表

《受付時間》 8:30～11:00

[予約変更受付時間] 月曜日～金曜日（祝日を除く）13:00～17:00 お電話にて受け付けております。

		月	火	水	木	金	
内科	内科1	午前 新患	担当医	担当医	担当医	担当医	
	内科2	午前	篠原(孝)(10:30～)	大内(10:30～)		高石(10:30～)	
	内科3	午前	永田	村松	秋山		高石(9:00～)
		午後					高石(禁煙外来) 予約制(13:30～14:30)
	内科4	午前	加藤	仲田	星(智)	中山(美)(10:00～) 第2・第3週除く	村越(10:00～)
	内科5	午前	仲野(10:00～)	中山(雅)(9:30～)		篠原(孝)(10:30～)	
	内科7	午前	担当医[新患]	担当医[新患]	担当医[新患]	担当医[新患]	担当医[新患]
整形診察室	午前				安達	仲田	
外科	外科1	午前	小島	横山(第3週除く)	担当医	小島	菱川
	外科2		松浦	篠原		菱川	草間
	外科3			鈴木		篠原	
						松浦(第2・第4週)	
脳神経外科	午前	楠	楠	楠(もの忘れ外来) 予約制		楠	
	午後		岡崎(匡) (第2・第4週のみ)				
泌尿器科	午後		担当医(第2・第4週)			担当医	
整形外科	午後	鈴木(真)[予約のみ]	安達	星(徹)	相場	細野	
形成外科	午前	松本	松本		担当医	松本	
皮膚科	午前			倉持			
	午後			倉持			
小児科	小児科1	午前	中務	中務	中務	中務	立川
	小児科2		担当医(10:30～)	立川	立川	立川(第3週除く)	担当医(10:30～)
		午後	予防接種	予約	予約	予約	予防接種 乳健(月2回)

【小児科】 予防接種と乳児健診は完全予約制です。

【整形外科】 受付時間 13:00～15:30 ※月曜日は予約の方と紹介状をお持ちの方のみとなります。

【皮膚科】【泌尿器科】 受付時間 13:00～15:30

来院の
皆さまへ

院内は必ずマスク着用をお願いします。

厚生労働省より令和5年3月13日より「マスクの着用は個人の判断が基本」となりますが、当院におきましてはマスク着用をお願いいたします。



社会福祉法人 済生会支部 茨城県済生会



常陸大宮済生会病院

〒319-2256 茨城県 常陸大宮市 田子内町 3 0 3 3 番 3

☎ 0295-52-5151 FAX 0295-52-5725

診療科目

内科 / 循環器内科 / 呼吸器内科 / 消化器内科
 内分泌・代謝内科(糖尿病・脂質異常症) / 小児科 / 外科
 消化器外科 / 整形外科 / 脳神経外科 / 泌尿器科 / 肛門外科
 形成外科 / 皮膚科 / 放射線科 / リハビリテーション科 / 救急科

外来受付時間

午前 8:30～11:00 月～金 (祝日を除く)

※ 診療科により受付時間・曜日が異なる場合がありますのでお問い合わせください。

休診日

土曜日、日曜日、祝日、年末年始

予約の変更は

午後 1:00～5:00 月～金

☎ 0295-52-5151 予約担当



<https://ho-saisei.jp>

お知らせ・休診情報
最新情報はこちらで

